

Утверждаю: Денисова Е.С.

01.04. 2026г.

сад №11
"Колокольчик"
Подписано
цифровой
подписью:
Денисова
Елена
Семеновна

Вт марта 31, 2026

Наименование	вес калор		вес калори		
	ясли	сад			
ЗАВТРАК					
Бутерброд с сыром	22.5	75	30.5	100	
Вермишель молочная	150	87	180	105	
Какао с молоком	150	117	180	140	
Хлеб пшеничный	10	20	10	20	
Итого за завтрак	310	224	370	265	18.93%
2-й ЗАВТРАК					
Фрукт	80	36	85	38	
Итого за второй	80	36	85	38	2.71%
ОБЕД					
Салат из квашеной капусты	35	28	60	38	
Щи с мясом, со сметаной	173	94	230	128	
Плов с мясом	160	344	185	405	
Сок фруктовый	150	66	180	70	
Хлеб ржаной	30	52	37.5	65	
Хлеб пшеничный	10	20	15	30	
Итого за обед	558	604	708	736	52.57%
ПОЛДНИК					
Пудинг из творога со сгущенкой	85	163	120	217	
Снежок	150	88	180	105	
Хлеб пшеничный	10	20	20	39	
Итого за полдник	245	271	320	361	25.79%
Итого за день	1193	1135	1483	1400	100%

Повар: Колосова К.А.

Калькулятор: Денисова Е.С.